

여러분의 의견~우리집에서는 이렇게 해요!~

◆대비편

- 차에 기저귀, 주입 도구 등 식품 이외의 것들을 상비해 두고 영양제, 물 등도 넉넉히 준비합니다.
- 수동 흡인기를 샀어요. 안심 노트를 만들었어요.
- 호흡기 배터리의 예비분을 준비해 두었어요.
- 흡인기 충전은 항상 해 둡니다.



◆동일본대지진 시의 체험편

- 전화가 연결되지 않아 쇼트 스테이 중에 안전 확인을 하지 못했다.
- 정전 때 체온 저하로 고생했다. 은박담요와 담요로도 체온이 오르지 않았다.
- 흡인기를 사용 중이었기 때문에 계획 정전으로 어려움을 겪었다.
- 평소에 비축품을 사 두어서 가족들이 이때 정말 다행이었다고 했다.
- 이웃주민들이 ○○씨 괜찮아요? 라고 물어봐 주어서 기뻐다.

☞참고 사이트 안내

★ 가나가와현 방재·재해 정보



★ 요코하마시 각 구의 지역방재거점(지정대피소)

'요코하마시', '지정대피소'로 검색하세요.

★ 요코하마 중심 그룹 연락처~파자파 넷~

<https://pazapanet.jimdofree.com>

긴급 시에 지원해 주시는 분에게 평소의 상황을 알리기 위해 안심 노트 작성하기를 추천합니다.

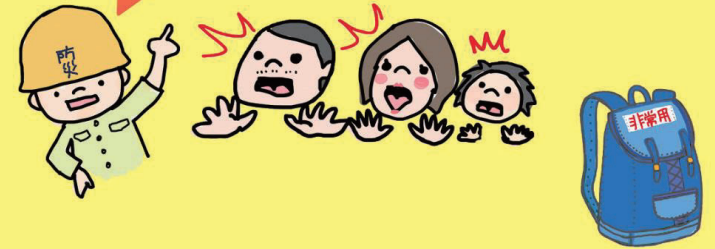


(일러스트 협력: 기지 마리에)

작성: 가나가와현립 어린이의료센터 지역연계·가족지원국 2019년 1월 발행

이 팸플릿에 관한 문의는 보건복지 상담창구로 부탁드립니다

대비하고 있습니까?
~재해 발생 시에 어떻게 하면 되나요!~



◆마이페이지

냉장고 등 눈에 띄는 곳에 붙여 두고 대피할 때 가지고 가세요.
주위의 이해를 얻기 위해서도 기입하시기를 권장합니다.

자녀 이름· 생년월일·성별·혈액형	성별()	년 월 일생	혈액형()형
주소·보호자 성명 휴대전화 번호	Tel:		
지원자 연락처	①	Tel:	
	②	Tel:	
병명 주치의·연락처	①	Tel:	
	②	Tel:	
알레르기			
사업소(방문 간호 등) 연락처	①	Tel:	
	②	Tel:	
교육기관	Tel:		
주로 가는 약국	Tel:		
사용 중인 기기	인공호흡기 산소요법 흡인기 흡입기 경관영양 기타 ()		
업체명·연락처	Tel:		
이동방법	자립 일부 보조 휠체어 () 전부 보조 유모차 기타 ()		
거주 지구의 대피소			
메모			

비상시 준비용품 체크 리스트

- 최소 1주일분을 비축해 두고 반 년에 한 번 정도 점검하세요.

품명	점검일	품명	점검일
□식품, 영양제, 분유 등		□보온 시트, 담요 등	
□약, 약수첩		□비상조명등 (예비 전지)	
□진료용품 (주사기, 흡인튜브, 호흡기, 가슴기의 물, 산소삽입관 등)		□비닐봉지 □랩	
□위생용품 (마스크, 소독, 거즈 등)		□휴대전화 충전지, 라디오	
□소생물품 (앰부백 등)		□티슈, 물티슈	
□비상용 전원		□물	
□기저귀, 물티슈		□갈아입을 옷	



식사면

식사 제한 또는 식사 형태에 배려가 필요한 자녀(이유식, 주입 등)는 각 가정에서 비축해 둡니다. 식품 등은 평소에 조금 넉넉히 사 두고 사용한 만큼 보충해 두는 **블링스특별**을 추천합니다. 또한 평소 자녀분에게 익숙하고 오래 보존할 수 있는 것을 비축해 두세요. 발달 과정에 맞게 숟가락이나 컵도 준비해 두면 좋습니다.

- 식사 형태: 보통식 연식 페이스트(믹서)
 - 경관영양제 ()
 - 1 회()cc

- 경비영양:
 - 사이즈()Fr
 - 위루: 종류()
 - 사이즈()Fr

배설면

- 배설 횟수: 뇨:()회/일 변:()회/ 일
- 방법: 화장실에서 가능 기저귀 기타 도뇨 카테터()Fr
 - 인공항문(파우치)



약에 대하여



약수첩은 중요하지만 처방 스티커를 촬영해 먼 곳에 사는 친척에게 메일을 보내 두는 등, 큰 재해 등이 발생했을 때 대응할 수 있도록 대비합니다. 자택 내에서도 바로 꺼내 확인할 수 있는 곳에 보관하는 것이 좋습니다. 또한 복용할 때 필요한 스포이트 등도 재난가방에 넣어 두세요.

대피 방법 시뮬레이션하기

자택이 무너질 위험이 있을 때에는 대피소로 이동해야 합니다. 누구와 어떤 방법으로 어디로 대피할지 생각해 두고 가족과 함께 미리 이야기해 두세요.

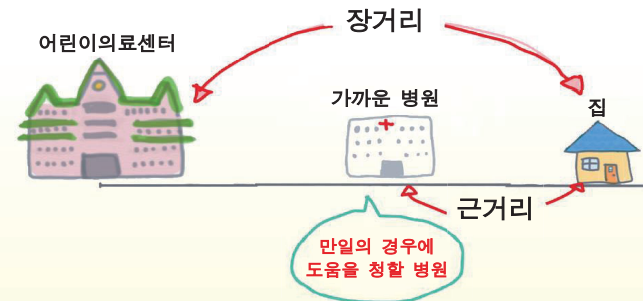
의료기기 등을 가지고 대피하기는 매우 힘듭니다. 평상시부터 이웃과 교류하며 만일의 경우에 도움을 받을 수 있도록 **조력자를 많이 만들어 두세요.**



정전 시의 대비

인공호흡기를 사용하는 경우에는 정전이 되거나 물이 없어도 사용이 가능한 **최소용 인공교류**를 준비합니다. 재택 산소는 산소농축기에 내장 배터리가 있으면 한두 시간은 작동하므로, 그 사이에 산소 실린더로 전환합니다. **내장 배터리의 작동 시간을 확인해 두세요.** 인공호흡기, 재택산소요법 등을 사용 중인 분은 전력회사에 연락해 둡니다. 발전기를 준비해 두는 것도 검토해 보세요. **수동 또는 발펄프식 흡인기도 검토해 봅니다.**

재해 시에는 교통기관이 멈출 가능성도 높으므로 정전이 오래갈 수 있습니다. **평소에 자택 근처의 병원에서 진찰을 받고 긴급 시에 도움을 받을 수 있도록 해 두세요.**



거주하는 시구정촌에 등록하세요

자력으로 대피하기 어려운 장애를 가진 분 등을 위한 **요원호자 등록제도**가 있습니다. 지역에 정보를 제공하는 데 동의하신 분에게 명부 등록을 신청 받아

자치회 등 지원 조직에 시구정촌이 명부를 제공하는 것입니다. 단, 바로 구조를 와 주는 것을 보장하는 것은 아닙니다. 자세한 내용은 거주하는 시구정촌에 문의하시기 바랍니다.

